基調報告

（公財）日本学校体育研究連合会

1　大会主題

2020年に東京においてオリンピック・パラリンピックが開催されることが決定した。世界各国から代表が集い、スポーツの祭典が行われる。学校体育においては、7年後のオリンピックに向けてより一層運動に親しむ児童・生徒を育てていくことが求められる。

また、今回制定されたスポーツ基本法においても、その前文で「スポーツは世界共通の文化である」と謳っている。その理念に基づき、一人の人間が、生涯にわたって運動やスポーツに親しむためには、どのような資質や能力を身に付けることが必要なのか、そのために、今、幼稚園を含む学校体育は何をすべきなのか、そして、日本の首都として人口・経済・文化が集中し、公立・私立を問わず学校が極めて狭いエリアに密集する大都市・東京では、どのような発達の課題や地域特性を踏まえた指導の工夫が必要なのかについて考えていく必要がある。

今年度、第52回全国学校体育研究大会東京大会の開催にあたっては、多様化・複層化している幼児、児童・生徒を取り巻く様々な状況や体育指導の研究経過等を踏まえ、大会主題を「全体」「校種別」「分科会別」の三部構成として研究に取り組んできた。

(1) 全体主題

生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に付ける体育学習

(2) 校種別主題

【幼稚園】

「健康な心と体を育てる運動遊び」～運動遊びの環境と指導の工夫を通して～

【小学校】

「運動の楽しさや喜びを味わい、意欲的に実践する力を身に付ける体育学習」

【中学校】

「運動の特性や魅力に応じて楽しさや喜びを味わい、自主的に実践する力を身に付ける体育学習」

【高等学校】

「運動を合理的・計画的に実践する力を自主的・主体的に身に付ける体育学習」

【特別支援学校】

「個々の障害の状態に配慮した適切な運動の経験を通して

明るく豊かな生活を営む力を身に付ける体育学習」

(3) 分科会別主題

全体及び校種別主題を受け、研究分科会（会場）ごとに主題を設定する。（各分科会を参照）

２　主題設定の理由

(1) 全体主題

① 学習指導要領改訂の趣旨を踏まえる

学習指導要領改訂に当たっては、幼児期から青年期までを見通し、幼稚園では「遊びを中心とした体を動かす楽しさ」、小学校では「基本的な動きに幅広く取り組む楽しさ」、中学校では「各領域の特性や魅力に触れる楽しさや喜び」、高等学校では「自分に合った運動を選び深める楽しさや喜び」を味わえるようにするため、発達の段階のまとまりを踏まえた系統性のある指導の必要性が打ち出されている。

また、改善の基本方針の第一に、「体育科、保健体育科については、小学校、中学校及び高等学校を通じて、その課題を踏まえ、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することを重視し改善を図る」ことが示されている。

体育については、「それぞれの運動が有する特性や魅力に応じて、基礎的な身体能力や知識を身に付け、生涯にわたって運動に親しむことができるように、発達の段階のまとまりを考慮し、指導内容を整理し、体系化を図る」ことが明記されている。

更に、幼稚園教育要領においても、「健康」の領域において、「十分に体を動かす気持ちよさを体験し、自ら体を動かそうとする意欲が育つようにすること」が留意事項としてあげられている。

② 体力向上に向けての東京都の現状と課題

国は、昭和60年頃から長期的に低下傾向にある子どもの体力を上昇傾向に転じさせ、当時の水準に回復させることを目指すとともに、積極的に運動する子どもとそうでない子どもに二極化している傾向を踏まえ、心身の発達の段階に応じた指導の充実を図る必要があるとしている。

東京都においては、全体として児童・生徒の体格は全国平均値を上回るものの、体力・運動能力は全国平均値より低い水準にある。特に、巧緻性や持久力は、全国平均値に比べて低い水準にある。また、都道府県別体力合計点平均値を見ると、東京都の中学生は、他の道府県に比べて低い水準にある。更に、東京都が都内全区市町村を対象に実施した児童・生徒の広域歩数調査の結果からは、東京都の児童・生徒の1日平均歩数は10，445歩であり、約30年前の2分の1程度に身体活動量が減少している実態が明らかになった。

（表1）東京都統一体力テスト　体力合計点の推移

		平成 20 年度	平成 24 年度
小学校 5 年生	男子	52.97	54.37
	女子	53.29	54.66
中学校 2 年生	男子	38.59	40.16
	女子	45.21	46.76

そのような現状を踏まえ、東京都では子どもの体力を平成31年度には、戦後子どもの体力がピークであったとされる昭和50年代の水準にまで向上させるなどの長期的な目標を設定し、「子どもの体力

向上東京大作戦」として、子どもの心と体を鍛える活動的な生活（アクティブライフ）を実現するための様々な施策を展開している。

このような取組を推進する中、「東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査（東京都統一体力テスト）」では、表1のように小・中学生の体力合計点の平均値が推移しており、児童・生徒の体力・運動能力が向上傾向にあることを示している。この結果は、各学校で実践している体力向上の取組の成果であると捉えることができる。

③ 東京都の体育・保健体育研究及び体育指導の実態

体育科・保健体育科に関する教科研究は各校種ともに、教科等専門研修や校内研修、体育・保健体育研究会等の校外での研究活動等により、継続的・組織的に進めている。特に、ここ数年は、各校種とも、学習指導要領の趣旨に即した授業の在り方について重点的に研究を推進し、その成果の普及・浸透に努めてきた。

その一方で、東京都の公立学校では、現在、教員の大量退職と大量採用が続いており、若手教員が急速に増加するとともに、ベテラン教員の指導経験や指導技術が継承されにくい状況がある。また、体育の研究授業を参観したことのない教員の割合も多く、学習指導要領で求められている体育科・保健体育科の目指す授業の普及・浸透に向けての課題は多い。

このような現状の中で、東京都教育委員会が実施する研修会や校種ごとに実施されている研究会等では、全ての児童・生徒が運動の特性に触れる楽しさや喜びを味わい、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実践する力を身に付けるための具体的な授業を提案してきた。また、このことを通して、体育科、保健体育科の指導にあたる教員の授業力の向上を図ってきた。

特に、全科を担当する小学校においては、教員の体育に関する授業力の向上は重要課題となっている。東京都小学校体育研究会では、学習指導要領に示された9の領域に、休み時間等を活用して運動に親しませる指導方法を追究する体育的活動を加えた10の領域部会を設定し、各部がテーマをもって授業研究に取り組み、全都の教員を対象に授業公開を行ってきた。また、各部が相互に研鑽し合う場とする合同研究会の実施や、全都を東西に分けた2地区での研究発表会の実施など、学習指導要領の趣旨を踏まえた具体的な授業実践を、都内全域に普及させる取組を推進してきた。

さらに平成23年度からは、全国大会に向けてこれまで校種ごとに進めてきた体育科、保健体育科の研究について、全校種に共通したテーマを設定して研究を進め、それぞれの優れた実践に触れ、研鑽し合うことを通して、豊かなスポーツライフの実現を目指す体育科、保健体育科の指導の在り方を追究してきた。

④ 全体主題の設定

以上①②③を踏まえ、各校種において推進方針と体制を共有し、広く東京の子どもたちの心と体

の健康づくりを推進すべく、学習指導要領改訂の趣旨を基盤に、共通する全体主題を「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に付ける体育学習」と設定した。

主題の 「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力」とは、各校種で学習指導要領に示されている内容であり、小学校では次のように示されている。

> 生涯にわたって運動やスポーツを豊かに実践していくためには,小学校段階において,その基礎を確実に育成することが重要であることを強調したものである。運動に親しむ資質や能力とは,運動への関心や自ら運動をする意欲,仲間と仲よく運動をすること,各種の運動の楽しさや喜びを味わえるよう自ら考えたり工夫したりする力,運動の技能などを指している。これらの資質や能力を育てるためには,児童の能力・適性,興味・関心等に応じて,運動の楽しさや喜びを味わい,自ら考えたり工夫したりしながら運動の課題を解決するなどの学習が重要である。このことにより,生涯を通じて運動を日常生活の中に積極的に取り入れ,生活の重要な一部とすることを目指しているものである。

また、「身に付ける」は、幼稚園での「楽しく体を動かすこと」からスタートし、小学校から高等学校までの 12 年間を見通して、最初の 4 年間で「基本的な体の動き」ができるようにし、次の 4 年間で「多くの領域の運動体験」を行い、最後の 4 年間で「少なくとも一つの運動やスポーツに親しみ、生涯にわたって継続」することのできる「力」を主体的に学んで習得することを総じて、「身に付ける」とした。

次の「体育学習」は、学習指導要領第 1 章総則第 1 の 3 に表記されているように、「体育・健康に関する指導は、児童の発達の段階を考慮して、学校教育活動の全体を通じて適切に行う」ことを指している。

とりわけ体育科では、体育・健康に関する指導を踏まえて、運動系のクラブ活動等の特別活動や業間運動等の教育課程外の学校教育活動などを相互に関連させながら取り組むことを示している。

以上のことから全ての校種において、発達の段階において身に付け、生涯にわたって運動に親しむ基礎となる力を養うことが「体育学習」であると考えている。

(2) 校種別主題

校種別主題は、全体主題にある「運動に親しむ資質や能力」と「身に付ける」の内容を、発達の段階に合わせて明らかにしつつ、次のように設定した。

① 幼稚園

「健康な心と体を育てる運動遊び」～運動遊びの環境と指導の工夫を通して～

生涯にわたって運動に親しむために、幼稚園では、遊びの指導の充実により心身の調和のとれた発達の基礎を培うことが重要である。それは、健康な心と体を育てることであり、多様な体験のできる遊びの環境と指導の充実が必要であると考え、本テーマを設定した。

② 小学校

「運動の楽しさや喜びを味わい、意欲的に実践する力を身に付ける体育学習」

全体主題を受けて、小学校体育科の目標である「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の基礎を育てる」ことを踏まえて設定した。

全体主題の「生涯にわたる運動の資質や能力」を育てるための「基礎」となるものが、小学校段階では、「楽しさや喜び」を味わうことに相当すると捉え、その習得を重視した。

また、 児童一人一人が、十分に運動に親しんだうえで、進んで学習に取り組んだり、自らの課題を解決したりすることのできる「力」を、「資質や能力」の小学校段階で身に付ける具体的な姿として重視した。

③ 中学校

「運動の特性や魅力に応じて楽しさや喜びを味わい、
自主的に実践する力を身に付ける体育学習」

中学校学習指導要領では、第1・2学年は小学校との関連、第3学年は高等学校との関連が示され、児童・生徒の発達の段階に応じた指導が強く求められている。中学校段階においては、運動の意義や運動に関する一般原則、運動に伴う事故を防止するなど運動の合理的な実践について理解させるとともに、各運動がもつ特性や魅力に触れさせ、発達の段階に応じた運動の楽しさや喜びを味わわせる指導が不可欠であると捉えた。そこで、各運動の楽しさの中核である機能的特性や構造的特性に着目し、その両側面から学習内容を捉えた。

学習指導にあたっては、基礎的な知識と技能、これらを活用して課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力及び生徒が自ら意思決定して行動選択し、探求していく力を高めることを重視した。

また、運動の技能と体力は相互に関連して高まることから、各運動の特性や魅力に触れるために必要となる体力を生徒が自ら高められるようにすることも重視して、本テーマを設定した。

④ 高等学校

「運動を合理的・計画的に実践する力を自主的・主体的に身に付ける体育学習」

平成25年度から学年進行で実施される学習指導要領の趣旨を踏まえ、高等学校の課題を「自ら進んで生涯にわたって健康の保持増進を図り、豊かなスポーツライフを実践できる力を身に付けること」と捉え、授業や部活動等で、生徒一人一人が自らの体育活動を主体的に考え、グループ活動や創作活動などを合理的・計画的に実践し、生涯にわたって体育活動を創造することをテーマとした。

⑤ 特別支援学校

「個々の障害の状態に配慮した適切な運動の経験を通して

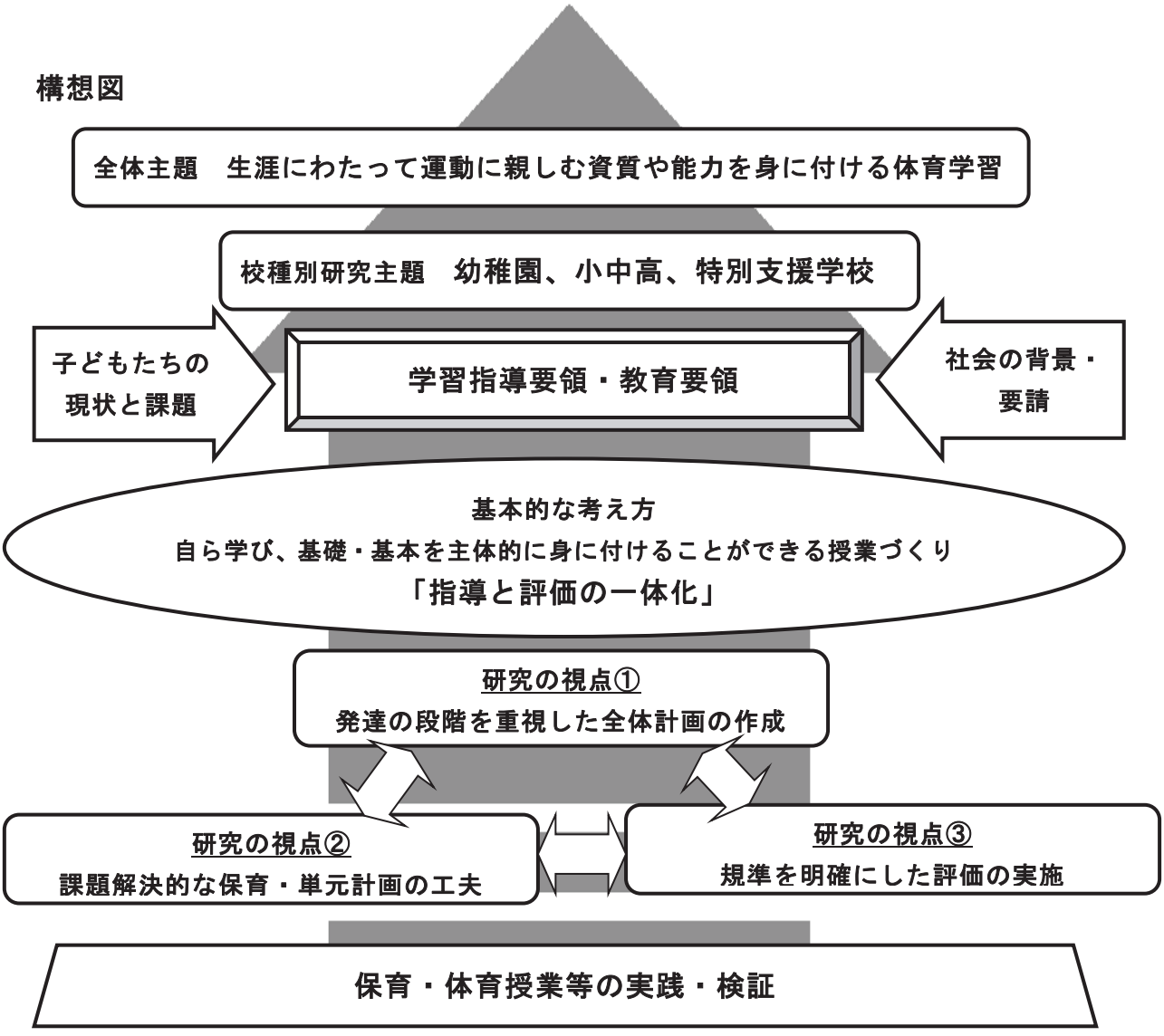
明るく豊かな生活を営む力を身に付ける体育学習」

特別支援学校における体育学習では、幼児、児童・生徒一人一人の異なる障害の状態や特性等を踏まえ、個に応じた目標・内容等を設定することが必要である。その上で、各学部の段階に即して幼児、児童・生徒の特性と心身の発達にふさわしい各種の運動が経験できるようにすることや、運動を行う際の規則や集団を意識した社会参加につながる活動が経験できるようにすることが大切である。

また、「楽しく明るい生活を営む態度」や「明るく豊かな生活を営む態度」、自立・社会参加に必要な態度、余暇活動を通して健康で自律的な生活を営む態度などを身に付けられるようにすることが必要である。

これらを踏まえ、体育学習において、個に応じた目標・内容による活動を経験しながら、活動そのものに積極的に取り組み、将来の生活においても、運動に取り組む態度が見られるようにするための実践を目指し、本テーマを設定した。

3　構想図

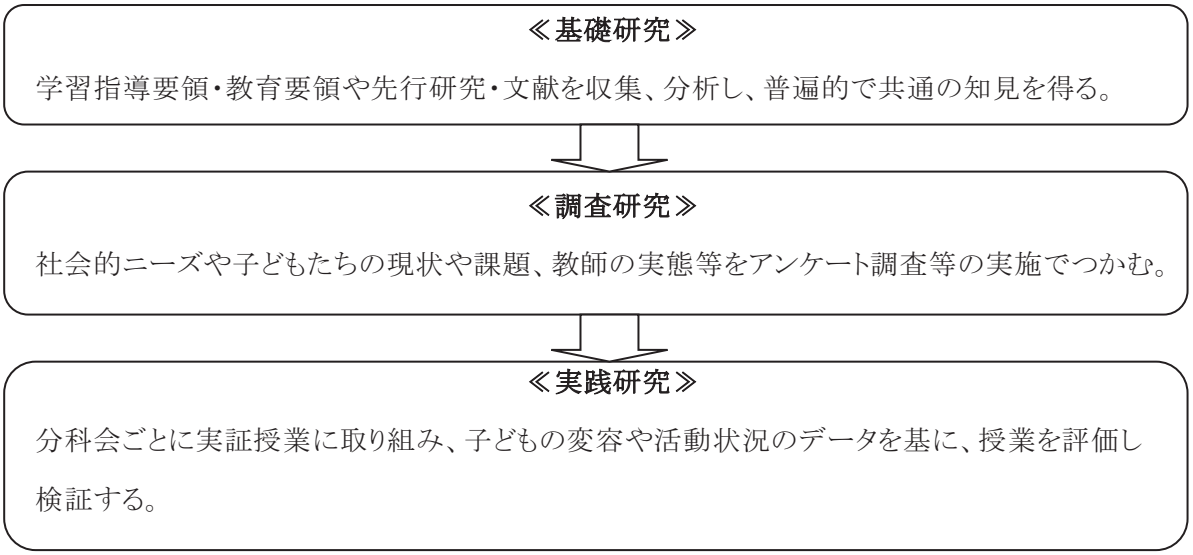


4　基本的な考え方

体育科は、学習課題を明らかにした運動実践を通して、技能、態度、知識を含めた思考・判断を学ぶ教科である。技能面を重視したトレーニング的な考え方だけでは、運動を好きになる児童・生徒も、生涯にわたって運動に親しむことのできる児童・生徒も育成することはできない。研究の構想に当たっては、学習指導要領で示されている4つの観点のバランスを重視し、課題解決的な単元計画を適用しながら、児童・生徒が思考・判断したり、リーダーシップを発揮したりする場面を設定して課題解決を図る学習を展開するとともに、あわせて言語活動の充実を図っていくようにした。

(1) 研究主題への迫り方

各園、学校では、次の3つの研究方法から、研究主題に迫ることにした。



さらに、小学校は東京都小学校体育研究会、中学校は東京都公立中学校保健体育研究会、高等学校は東京都高等学校保健体育研究会との連携での研究体制を図り、幼稚園や特別支援学校を含む17分科会会場で平成24年度中にプレ発表会を開催した。その過程で、多くの質疑応答や各講師からの指導助言を受け、研究の中間評価を行いつつ校種別主題に迫り、本年度に至っている。

(2) 指導と評価の一体化を図る授業づくり

新しい学習指導要領や教育要領のねらいを実現するためには、各園、学校における幼児、児童・生徒や地域の実態等に応じた適切な教育課程の編成・実施、指導方法等の工夫が重要である。同時に、学習指導要領や教育要領に示す内容が一人一人の子どもに確実に身に付いているかどうかを適切に評価し、その後の保育、学習指導や教育活動全体の改善に結び付けていくことが必要となる。

そして、このように指導と評価を一体的に捉え、幼児、児童・生徒が基礎的・基本的な内容の確実な習得を図り、自ら学び自ら考えるなどの主体的に学習に取り組む態度を養えるような指導と評価の在り方を追究していくことを重視し、その具現化のため、校種に共通する3つの研究の視点を設定した。

５　研究の視点

(1) 発達の段階を重視した全体計画の作成

新しい学習指導要領においては、生涯にわたる豊かなスポーツライフの実現に向けて、小学校から高等学校までの12年間を見通して、各種の運動の基礎を培う時期、多くの領域の学習を経験する時期、卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにする時期といった発達の段階のまとまりを踏まえて内容が系統化されるとともに、運動の取り上げ方を一層弾力化することができるようになっている。

例えば小学校では、各学年で必修となった「体つくり運動」以外の全ての指導内容について、2学年のいずれかの学年で取り上げ指導することもできること、中学校において、「体つくり運動」「体育理論」を除く領域が、第1学年及び第2学年のいずれかの学年で取り上げ指導することもできることなどである。

したがって全体計画の作成に当たっては、「地域や学校の実態」「児童・生徒の心身の発達の段階や特性」を十分に考慮し、学校種間の接続を見通して各学年の目標や内容、授業時数、領域選択や単元配当等を的確に定め、運動の実践が円滑に行われるなど、調和のとれたものとなるよう留意する必要がある。特に「地域や学校の実態」については、東京都の気候、敷地面積、地域の環境等、学校の立地条件に係る特徴を踏まえて全体計画を作成した。また、「児童・生徒の心身の発達の段階や特性」については、都市部の子どもの心身の発達的特性や、多くの情報に接する機会の多い社会での運動への興味・関心の実態などを重視して、複数年を見通した単元配列の考え方を示している。

次に、発達の段階に応じて身に付ける力を系統的に捉え「器械運動系」の計画例及び高等学校3年間の指導計画例を示した。12年間の系統を踏まえた計画例は、各領域についても同様に作成している。この計画例を踏まえ、校種ごとに入学から卒業時までを見通した効果的な単元配列を工夫し、指導計画を作成している。

＜発達の段階ごとに身に付ける力（器械運動系、球技系の例）＞

<table>
<tr><td colspan="2" rowspan="2"></td><td colspan="6">小学校</td><td colspan="3">中学校</td><td colspan="3">高等学校</td></tr>
<tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr>
<tr><td colspan="2"></td><td colspan="4">各種の運動の基礎を培う時期</td><td colspan="2">多くの領域の学習を経験する時期</td><td colspan="3">卒業後に少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにする時期</td><td colspan="3"></td></tr>
<tr><td rowspan="2">技能</td><td>器械運動（マット運動）</td><td colspan="2">◇次の運動を楽しく行い、その動きができるようにする。

○マットを使った運動遊びでは、いろいろな方向へ転がり、手で支えて体の保持や回転をすること。</td><td colspan="3">◇次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技ができるようにする。
○基本的な回転技や倒立技をすること。</td><td>○基本的な回転技や倒立技を安定して行うとともに、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりすること。</td><td colspan="2">◇次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、その技がよりよくできるようにする。

○回転系や巧技系の技、基本的な技を滑らかに行うこと、条件を変えた技、発展技を行うこと、それらを組み合わせること。</td><td>◇次の運動について、技ができる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技で演技することができるようにする。

○回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、それらを構成し演技すること。</td><td colspan="3">◇次の運動について、技がよりよくできる楽しさや喜びを味わい、自己に適した技を高めて、演技することができるようにする。

○回転系や巧技系の基本的な技を滑らかに安定して行うこと、条件を変えた技、発展技を滑らかに行うこと、それらを構成し演技すること。</td></tr>
<tr><td>態度</td><td colspan="2">○運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動したり、場の安全に気を付けたりすることができる。（器・球）

○勝敗を受け入れたりすることができる。（球）</td><td colspan="4">○場や用具（器械・器具含む）の安全に気を付けたりすることができる。（器・球）
○運動に進んで取り組み、きまりや規則を守り仲よく運動をしたりすることができる。（器・球）

○勝敗を受け入れたりすることができる。（球）</td><td>○運動に進んで取り組み、ルールや約束を守り助け合って運動をしたりすることができる。（器・球）</td><td colspan="3">○健康・安全を確保することができるようにする。（器・球）
○積極的に取り組むとともに、分担した役割を果たそうとすることができる。（器・球）

○よい演技を認めようとすることができる。（器）

○フェアなプレイを守ろうとすること、作戦などについて話合いに参加しようとすることができる。（球）</td><td>○自主的に取り組むとともに、自己の責任を果たそうとすることができる。（器・球）
○よい演技を讃えようとすることができる（器）

○フェアなプレイを大切にすること、作戦などについて話合いに貢献することなどができる。（球）</td><td colspan="3">○主体的に取り組むとともに、役割を積極的に引き受け自己の責任を果たそうとすること、合意形成に貢献しようとすることなどや、健康・安全を確保することができる。（器・球）

○フェアなプレイを大切にしようとすることができる。（球）</td></tr>
<tr><td colspan="2">知識、思考・判断</td><td colspan="2">○器械・器具を用いた簡単な遊び方を工夫できる。（器）

○簡単な規則を工夫したり、攻め方を決めたりすることができる。（球）</td><td colspan="2">○自己の能力に適した課題をもち、技ができるようにするための活動を工夫できる。（器）

○規則を工夫したり、ゲームの型に応じた簡単な作戦を立てたりすることができる。（球）</td><td>○自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組合せ方を工夫できる。（器）

○ルールを工夫したり、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりすることができる。（球）</td><td colspan="2">○器械運動・球技の特性や成り立ち、技（技術）の名称や行い方、関連して高まる体力などを理解し、課題に応じた運動の取り組み方を工夫できる。（器・球）</td><td>○技（技術）の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できる。（器・球）</td><td colspan="3">○技（技術など）の名称や行い方、体力の高め方、課題解決の方法、発表会（競技会）の仕方などを理解し、自己や仲間の課題に応じた運動を継続するための取り組み方を工夫できる。（器・球）</td></tr>
</table>

＜高等学校3年間の指導計画例＞

○指導内容の確実な定着を図り、生徒の主体的な取組を促すための全体計画

<table>
<tr><th>学年</th><th>単位</th><th></th><th>週時間</th><th colspan="3">4月
1 2 3</th><th colspan="3">5月
4 5 6</th><th colspan="3">6月
7 8 9</th><th colspan="2">7月
10 11</th><th colspan="2">9月
12 13</th><th colspan="2">9月
14 15</th><th>9月
16</th><th colspan="2">10月
17 18</th><th colspan="2">10月
19 20</th><th colspan="2">11月
21 22</th><th colspan="2">11月
23 24</th><th colspan="2">12月
25 26</th><th>12月
27</th><th>1月
28</th><th colspan="2">1月
29 30</th><th>2月
31</th><th colspan="2">2月
32 33</th><th colspan="2">3月
34 35</th></tr>
<tr><td rowspan="4">1年次</td><td rowspan="4">3</td><td rowspan="2">男子</td><td>週2</td><td>オリエンテーション</td><td colspan="2">体つくり運動</td><td colspan="3" rowspan="2">器械運動</td><td colspan="3" rowspan="2">球技</td><td colspan="5" rowspan="2">水泳</td><td colspan="2" rowspan="2">体育理論</td><td rowspan="2">体つくり運動</td><td colspan="3" rowspan="2">陸上競技</td><td colspan="4" rowspan="2">球技</td><td colspan="4" rowspan="2">球技</td><td rowspan="3">体つくり運動</td><td colspan="3" rowspan="3">陸上競技
（長距離走）</td><td rowspan="2">体育理論</td><td colspan="2">領域選択
器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス
（2展開）</td></tr>
<tr><td colspan="3">体育理論</td><td>体つくり運動</td><td colspan="2">領域選択
器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス
（3展開）</td></tr>
<tr><td>週1</td><td colspan="3">体つくり運動</td><td colspan="25">武道</td><td colspan="2">体つくり運動</td><td colspan="2">領域選択
器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス
（3展開）</td></tr>
<tr><td rowspan="2">女子</td><td>週2</td><td>オリエンテーション</td><td colspan="2">体つくり運動</td><td colspan="3" rowspan="2">陸上競技</td><td colspan="3" rowspan="2">球技</td><td colspan="5" rowspan="2">水泳</td><td colspan="2" rowspan="2">体育理論</td><td rowspan="2">体つくり運動</td><td colspan="3" rowspan="2">器械運動</td><td colspan="4" rowspan="2">球技</td><td colspan="4" rowspan="2">球技</td><td rowspan="2">体つくり運動</td><td rowspan="2">体育理論</td><td colspan="2">領域選択
器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス
（2展開）</td></tr>
<tr><td colspan="3">体育理論</td><td colspan="2">領域選択
器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス
（3展開）</td></tr>
<tr><td>週1</td><td colspan="3">体つくり運動</td><td colspan="25">ダンス</td><td colspan="2">体つくり運動</td><td colspan="2">領域選択
器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス
（3展開）</td></tr>
<tr><td>2年次</td><td>2</td><td>男女共習</td><td>週2</td><td>オリエンテーション</td><td colspan="2">体つくり運動</td><td colspan="4">領域選択
器械運動・陸上競技・ダンス
（3展開）</td><td colspan="5">水泳</td><td colspan="2">体育理論</td><td colspan="4">領域選択
球技・武道
（3展開）①</td><td>体つくり運動</td><td colspan="5">領域選択
球技・武道
（3展開）②</td><td>体育理論</td><td>体つくり運動</td><td colspan="3">陸上競技
（長距離走）</td><td colspan="4">領域選択
器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス
（3展開）</td></tr>
<tr><td rowspan="2">3年次</td><td rowspan="2">3</td><td rowspan="2">男女共習</td><td>週2</td><td>オリエンテーション</td><td colspan="2" rowspan="2">体つくり運動</td><td colspan="5">領域選択
器械運動・陸上競技
（2展開）</td><td colspan="5">水泳</td><td colspan="2" rowspan="2">体つくり運動</td><td colspan="5">領域選択
器械運動・陸上競技・ダンス
（2展開）</td><td rowspan="2">体つくり運動</td><td colspan="6">領域選択
器械運動・陸上競技・球技・武道・ダンス
（2展開）</td></tr>
<tr><td>週1</td><td colspan="3">体育理論</td><td>体つくり運動</td><td colspan="8">領域選択
球技・武道・ダンス
（3展開）</td><td>体育理論</td><td colspan="5">領域選択
球技・武道・ダンス
（3展開）</td><td colspan="6">領域選択
球技・武道・ダンス
（3展開）</td><td>体育理論</td></tr>
</table>

○本全体計画作成にあたっての基本的な考え方

【入学年次】

・義務教育段階で学んできた各領域種目の基礎的・基本的な知識・技能を更に定着させる。そのために、意図的に「器械運動」、「陸上競技」、「水泳」、「球技」を男女必修、また男子「武道」、女子「ダンス」を履修させる。

・生涯にわたり、生徒が主体的に学習する基盤が培われることを目的として、2月以降に「男女共習」と「領域を選択する授業」を取り入れその次の年次へつなげる。

【その次の年次以降】

・「男女共習」で領域の生徒選択を基本とし、生徒自らが領域の選択をし授業を行うことで、生徒がより主体的に運動に取り組み、自ら運動に親しむ能力を高め、運動やスポーツの特性に応じた「課題解決」の仕方を工夫し、計画的に運動やスポーツを実践することができるようにする。

・第3学年では、第1学期の陸上競技や器械運動の中で記録会等を実施し、運動の合理的・計画的な実践を目指す。また、ニュースポーツを取り入れることで、生涯にわたって自分に適した運動を選択できるきっかけとする。

・「体育理論」の最後では「する」、「みる」、「支える」、「調べる」等の観点から「マイスポーツライフ」を設計してみるなど、高等学校体育の「総まとめ」を行い、自らが生涯にわたって明るく豊かで活力ある運動やスポーツを継続し実践することができるようにする。

(2) 課題解決的な保育・単元計画の工夫

① 課題解決を図る過程

学校教育法第30条では、学力の重要な要素として、

・基礎的・基本的な知識・理解の習得

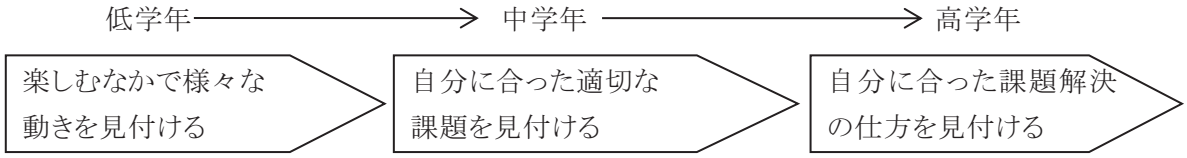
・知識・技能を活用して課題を解決するために必要な思考力・判断力・表現力等の育成

・学習意欲の向上

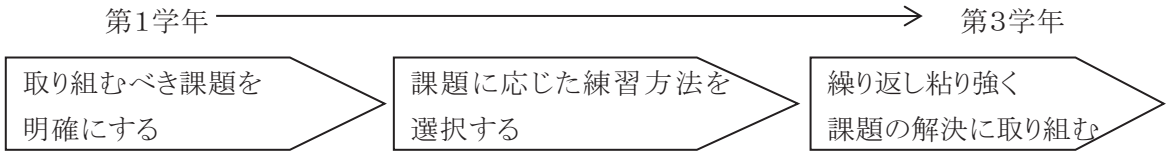
の3点を示している。体育・保健体育においても、幼児、児童・生徒が「知識や技能」を身に付け、それらを活用し、「意欲」をもって「課題解決」に取り組む単元計画が重要となる。また、課題解決的な学習は、幼児、児童・生徒の意欲や発達の段階を十分に踏まえて計画することが必要になる。

「幼児期運動指針（文部科学省平成24年3月）」においても、幼児期から体を動かす楽しさや心地よさを実感できるようにすることで、運動の意欲や多様な動きを身に付けることができるようにすることを重視している。また、小学校では、低学年から高学年へと学年が進行するなかで、次のような過程を重視し、「めあて」の達成に向けて取り組む学習活動の質を高めていくことが大切である。

＜小学校における課題解決の過程例＞



＜中学校における課題解決の過程例＞



②単元の中での学習のプロセス

次は、小学校　第5学年　ボール運動 「ソフトバレーボール（ネット型）」の単元計画例である。

この学習では、チームの力を高めることをねらいとし、単元前半の学習では、めあてのもち方や自己評価の仕方を知り、自分や相手チームのよさや特徴をつかむ学習活動を重視している。単元後半では、チームの作戦にあわせて、個々のめあてを考えさせ、チームの作戦に応じて練習方法を選び、課題解決を図る学習活動を重視している。また、児童が、学級全体でルールを振り返ったり、学習中に見られた友達のよい動きに気付いたりする学習が、単元を通して積み重ねられるよう計画している。このような過程により、一人一人が主体的に学習に取り組むことができるようにしている。

＜単元計画例　小学校　第5学年　ボール運動　「ソフトバレーボール（ネット型）」＞

1（時数）	2	3	4	5	6	7	8
運動の楽しさや喜びを味わう					集団で学ぶ力を高める		
① 本時の学習内容を知る。 ② チームの作戦・個人のめあてを確認する。 ③準備運動・ボール慣れとゲームにつながる運動をする。 席替え鬼・円陣パス アタックゲーム・ラリーゲーム ④ **ゲーム1**に取り組む。 【1～5時　リーグ戦】 ○リーグ戦では多くのチームと対戦し、自分のチーム・相手チームのよさや特徴を知る。 ⑤ 全体でルールを振り返り、よい動きについて広める。 全員が楽しめるルールにしよう ⑥ **ゲーム2**に取り組む。 ⑦ 整理運動をする。 ⑧ 学習の振り返りをする。 ⑨ 学習のまとめをする。					① 本時の学習内容を知る。 ② チームの作戦・個人のめあてを確認する。 ③ 準備運動・ボール慣れをする。 ④ **ゲーム1**に取り組む。 【6～8時　対抗戦】 ○対抗戦では同じチームと2回連続で対戦し、作戦や練習を考える。 ⑤ 振り返りをする。 作戦は有効だったか ⑥ チームの特徴に合わせた作戦に応じて練習を選んで行う。 ⑦ **ゲーム2**に取り組む。 ⑧ 整理運動をする。 ⑨ 学習の振り返りをする。 ⑩ 学習のまとめをする。		
よい動きを紹介しよう							
⑩ 用具の片付けをする。					⑪ 用具の片付けをする。		

次は、中学校の器械運動「マット運動」の単元計画例である。

小学校で学習した技のスキルアップから学習に入り、学習内容の中でもマット運動の基礎・基本となる共通の技として「倒立」を取り上げ、その技の技能面についての課題を明らかにし、学習資料を活用しながら友達と協力し、知識や技能を習得していく過程を重視して単元計画を作成している。

具体的には、毎時間の授業の中で、「自己の課題を明確」にし、学習資料を活用したり、練習の場を工夫したりすることによって「課題解決の手立て」を考え、ペアやグループで協力して「課題解決に取り組む」過程で学習が展開されている。また、単元後半では、「倒立」から発展した技に取り組めるようにし、個に応じた学習が行えるよう計画している。

＜単元計画例　中学校 器械運動 「マット運動」＞

<table>
<tr><td colspan="2">時間</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td></tr>
<tr><td colspan="2">段階</td><td colspan="3">【　知る段階　】
基礎を踏まえ、特性や技能構造を学ぶ。</td><td colspan="3">【　習得する段階　】
倒立を習得し、様々な感覚を身に付ける。</td><td colspan="3">【　挑戦する段階　】
身に付けた倒立の感覚から、発展させる。</td><td>まとめ</td></tr>
<tr><td colspan="2">グループ構成</td><td colspan="3">ランダムなグループ</td><td colspan="3">習熟度を混在させたグループ</td><td colspan="4">同じ課題を持つ者同士のグループ</td></tr>
<tr><td rowspan="6">学習内容と技能</td><td>0
10
20
30
40
50</td><td>●趣中エアロA・B他
●オリエンテーション
●マット運動の特性の理解</td><td colspan="9">●挨拶　●出席確認　●健康・安全確認　●本時の確認　●準備運動（ストレッチ、趣中エアロA・B、姿勢づくり）
●趣中SU（スキルアップ）①～③
①ポーズ → 前転 → ジャンプ → 前転 → ターン1／2 → 後転 → ポーズ
②ポーズ → 前転 → 抱えジャンプ → 前転 → 脚クロス → 後転 → ポーズ
③ポーズ →（　　）→（　　）→（　　）→・・・・・・・・・・→ ポーズ
●小学校で学習した技のスキルアップ
＊習熟度チェック
●倒立の練習
（1）補助練習
①背倒立　③二人組で脚を肩に乗せる
②倒立の脚の振り上げ
（2）補助倒立
①エバーマットの活用　②マット上で行う
＊逆さの感覚　＊体のしめ　＊正しい姿勢の習得
●倒立の練習から発展
（1）課題別グループ練習
・側方倒立回転　・倒立前転
・後転倒立　・前方倒立回転　など
＊倒立が不十分なグループは補助倒立から行う
●スキルチェック
●整理運動　●健康・安全確認　●本時の振り返り　●学習カード記入　●次時課題確認　●挨拶</td></tr>
<tr><td rowspan="4">評価の重点</td><td>関・意・態</td><td></td><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td><td></td><td></td><td>○</td><td>○</td><td></td></tr>
<tr><td>思・判</td><td></td><td></td><td>○</td><td></td><td>○</td><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>技</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>○</td><td>○</td><td></td><td>○</td><td>○</td></tr>
<tr><td>知・理</td><td>○</td><td></td><td></td><td>○</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>○</td></tr>
</table>

(3) 規準を明確にした評価の実施

新しい学習指導要領のもとでの学習評価については、目標に準拠し（平成22年3月中央教育審議会初等中等教育分科会教育課程部会報告）、観点別学習状況（同年5月文部科学省初等中等教育局通知）により、着実に実施することが求められている。

本研究では、これらをもとに国立教育政策研究所が平成23年11月に作成した「評価規準の作成，評価方法等の工夫改善のための参考資料」をよりどころとして、各学校における児童・生徒、地域の実態等に応じて評価規準を設定するとともに、評価方法等の工夫・改善を図っている。

具体的には、次の手順により、各領域の特性に応じた評価の重点化、簡素化を図っている。

①指導内容の明確化…授業で子どもに身に付けさせたいことは何か

②指導法の工夫……そのことに向けて、どのように単元計画を作成し、指導するか

③到達度の把握……指導の結果、身に付けさせたいことが身に付いたか（評価規準の設定）

④指導の改善……身に付いていないとしたら、どのような授業改善や支援を行っていくのか

※評価規準の設定にあたっては、児童の実態や地域の環境、学校の施設や運動場の広さ等により単元構成や指導方法が異なることから、各学校においては「学習活動に即した評価規準」を作成し、評価する。

次の表は、小学校第5学年の陸上運動「走り幅跳び」の評価計画の例である。「つかむ」段階と「高める」段階に分け、段階に応じて指導する内容を具体的に設定している。1時間ごとに評価の重点を決めて表中に○印で示している。

＜「指導のねらい」と「指導する内容」を明確にした評価計画＞

小学校　第5学年　陸上運動　「走り幅跳び」

<table>
<tr><td colspan="2">時数</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr>
<tr><td colspan="2">指導のねらい</td><td colspan="5">(※1)
○リズミカルな助走から踏み切って跳ぶことができるようにする。
○運動に進んで取り組み、約束を守り、助け合って運動をするとともに、場や用具の安全に気を配ることができるようにする。
○学習の進め方を理解することができるようにする。
○友達と協力しながら、技能ポイントを意識して練習に取り組むことができるようにする。
○自己の課題に応じた練習方法を選んで学習を進めることができるようにする。</td></tr>
<tr><td rowspan="3">指導する内容(※2)</td><td>技能</td><td colspan="2">・自分に合った助走距離を見付ける。
・踏切ゾーンまでリズミカルに加速して助走する。</td><td colspan="3">・踏切ゾーンの中で力強く踏み切る。
・振り上げ足や踏み切り足を振り上げて跳ぶ。
・両足をそろえ、ひざを曲げて着地する。</td></tr>
<tr><td>態度</td><td colspan="2">・場の安全に配慮する。
・友達と協力して計測・準備・片付けをする。</td><td colspan="3">・場の安全に配慮する。
・友達と協力して計測・準備・片付けをする。</td></tr>
<tr><td>思考・判断</td><td colspan="2">・友達と動きを見合ったり教え合ったりしながら学習を進める方法を知る。
・技能のポイントを知る。</td><td colspan="3">・教師や友達から動きを見てもらい、自分の課題を知る。
・学習資料を活用する。
・自分の課題に合った練習の場を選ぶ。</td></tr>
<tr><td rowspan="3">評価の重点</td><td>運動への関心・意欲・態度</td><td>○</td><td>○</td><td></td><td></td><td>○</td></tr>
<tr><td>運動についての思考・判断</td><td></td><td>○</td><td></td><td>○</td><td></td></tr>
<tr><td>運動の技能</td><td>○</td><td></td><td>○</td><td>○</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">指導と評価の工夫</td><td colspan="5">○具体的に評価をするために
・1時間ごとのねらいを明確にする。　・観察や学習カードで行う。
・児童の相互評価をする。
○単元前半で態度面について指導と評価をするとともに、技能ポイントを的確に押さえていくために、児童の動きを把握しておく。単元中盤より課題の解決の仕方について指導し、評価する。
○おおむね満足できる規準に満たない児童を支援するために個別指導やグループ指導を行う際には課題の解決の仕方がイメージできるよう、評価の高い児童の動きを見せながら指導する。</td></tr>
</table>

＜指導と評価の一体化を図るポイント＞

○「つかむ」段階と「高める」段階に分け、段階に応じた指導のねらいを設定する。(上記表中※1)

○指導のねらいの達成に向けて、指導内容(上記表中※2)を明らかにした上で運動の場や言葉掛けの例などを用意する。

○目標の実現状況を把握し、効果的に評価するために、1時間ごとの重点を定める。また、具体的な評価場面、評価方法を設定する。

・単元の前半では、安全面やきまりの徹底などの「態度」の観点を指導するとともに、練習の場を経験させながら合理的な動きを目指すために必要な「技能」の観点についてつかませる。

・単元の中盤では自己の能力に適した課題の選び方や運動の行い方を理解させ、児童相互に技

能が高まるよう、「思考・判断」の観点に重点をおいて指導し、評価する。「努力を要する児童」に対する具体的な支援策を計画しておく。

６　まとめ

東京都の幼児、児童・生徒の「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力」を身に付けることのできる保育・体育授業の在り方を追究してきた私たちは、この研究活動を通して以下のような成果と課題を得た。

(1) 発達の段階を重視した全体計画の作成

全ての園、校種において、運動領域の特性や学習者のレディネス、施設の環境等に合わせて、弾力化・体系化された単元の配列や構成により、大単元でゆとりある時間設定の中で保育・体育授業を展開することができた。

今後は、幼稚園と小学校低学年の運動遊び、小学校高学年につなぐ中学年の学習内容、中学校第2学年までを見通した小学校第5学年からの単元の構成や、高等学校卒業までを見通した中学校第3学年からの指導計画等、校種間のつながりをより一層重視した全体計画について検討し、作成することが課題である。

(2) 課題解決的な保育・単元計画の工夫

各分科会場において、子どもたちが関わり合って遊び、学ぶ場面設定を行い、ペア、グループ、チーム、学級全体といった様々な学習形態により活動が展開され、発達段階に応じて課題解決に取り組む姿が多く見られた。

体育科・保健体育科においては、個々の児童・生徒の運動技能やチーム戦術の向上が、学ぶ意欲や運動の楽しさ体験と連動している。特に発達の段階が上になるほど、運動の楽しみ方や社会のルールやマナーに沿った考え方を身に付けることと同時に、生涯にわたって健康に生きていくことのできる体力を養っていくことは「生きる力」の根幹ともなる重要事項である。

課題解決的な保育・単元計画により、「技能」「態度」「思考力・判断力」「知識」をバランスよく高める指導を行いながら、幼児、児童・生徒の体力向上を図る授業の在り方について検討することが、今後の課題である。

(3) 規準を明確にした評価の実施

規準を明確にした評価計画に基づく授業を行うことで、評価の簡素化・重点化が図られ、児童・生徒の学習活動を的確に評価し、その結果に基づいた指導を行うことができた。

しかし、評価規準に基づいて行った評価結果を、どのように指導に生かすかについては、個々の教員の経験則や指導力に負うところが多く、評価結果を効果的に活用した指導の在り方について理論的かつ実践的に追究していくことが、今後の課題である。

最後に

今回、第52回全国学校体育研究大会東京大会の研究活動に携わる機会を得ることができた。私ども東京都の教員は、今後より一層、幼児、児童・生徒理解の力量を更に高め、授業力の向上を図り、保護者の信託に応える保育・体育指導を実践することができるよう研究を充実させて、幼児、児童・生徒に運動の楽しさや喜びを味わわせ、生涯にわたって運動に親しむ資質や能力を身に付けさせていくことが使命である。そして、若年層が急増している東京都の教員構成の現状を鑑みれば、今回培った保育・体育指導の考え方を、各区市町村において拡充し、発展させていくことが、私たちに課せられた最大の課題である。

《引用・参考文献》

・中央教育審議会「健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会」報告　（平成17年 7月）
・小学校学習指導要領解説　体育編　（平成20年 8月）
・中学校学習指導要領解説　保健体育編　（平成20年 9月）
・幼稚園教育要領解説　（平成20年10月）
・特別支援学校教育要領・学習指導要領　（平成21年 3月）
・高等学校学習指導要領解説　保健体育編　体育編　（平成21年12月）
・中央教育審議会「初等中等教育分科会教育課程部会」報告　（平成22年 3月）
・文部科学省初等中等教育局通知「小学校、中学校、高等学校及び特別支援学校等における児童生徒の学習評価及び指導要録の改善等について」　（平成22年 5月）
・文部科学省「スポーツ基本法」及び「スポーツ基本計画」　（平成23年 6月）
・国立教育政策研究所「評価規準の作成，評価方法等の工夫改善のための参考資料」　（平成23年11月）
・文部科学省「平成23年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査」報告書　（平成23年12月）
・文部科学省「初等教育資料」　（平成23年12月号）
・東京都教育委員会「東京都児童・生徒体力・運動能力、生活・運動習慣等調査（東京都統一体力テスト）」　（平成24年10月）